

越南女记者顽疾缠身 一本奇书让她见到彩虹

阿方的故事，让人相信：奇迹就在身边。这位文静的越南女子，曾是一名记者。几年前，她遭遇了多种疾病的侵袭，健康直线下滑，听力受损、视力模糊。她被黑暗和疼痛包围，在苦海里挣扎。她还能见到彩虹吗？

不堪回首

阿方 (Phuong) 回想昨日，仍然心有余悸。她说：“几年前，我患上了结核病。治疗方案要持续一两年，而且费用很高。那段经历真是恐怖，我受了多少罪啊。”

阿方说，结核病很容易复发，而且病菌有抗药性，因此，每一次问诊，医生都会开出更强、更高的药剂。“我患病期间，每天要服用5到8种抗生素，一共要吃30片药。我的身体承受不住大剂量的药物，我时常头晕、恶心。由于抗生素的作用，很多次，我在吃过饭后意识都不清楚了。”

阿方持续服药，未见结核病得到治愈，药物的副作用很快就显现出来。阿方药物中毒了。“我的听力受损，我戴上了助听器。内脏也受到影响，尤其是肾脏和肝脏功能。我患上了慢性鼻窦炎、低血压、胃食管反流、慢性疲劳障碍、慢性疼痛等等。我必须依靠大量的止痛药，好几次被送去急救。”



为了给女儿治病，阿方的父母花了一大笔钱，他们还请巫师到家里作法，四处求医。然而，阿方的身体却每况愈下。她疲惫不堪。她不明白，为什么美好的生活遥不可及？她开始失眠了……

“我越来越虚弱，后来连日常琐事都不能打理。可怜的妈妈开车带着我在城里散心。我不敢想像，将来的日子会是什么样子。人们常说，雨后见彩虹。但是，那时的我已经失去了所有的希望，根本不敢奢望彩虹。”她回忆说。

雪上加霜

因为治疗的需要，整整四年，阿方

停止了工作。刚刚患病时，她还能坚持上班，可是几个月后，她的视力下降，医生却查不出原因。“我看什么东西都模糊不清，这让我十分害怕。接着，情况越来越糟，我出现了色盲症，影响到日常生活。我在市场里分不清蔬菜，我不能自己煮饭，连手机也不能用了。在街上，我得请陌生人告诉我公交车号码，我也看不准交通灯的颜色。”

阿方向国家眼科学院的顶级大夫求助，但是，技术最精湛的医疗小组也束手无策。他们说，她患上了罕见的障碍症，最终会失明。

阿方生起了自杀的念头，因为几年来，她成了家里的负担。现在，又添了一种无药可医的病，她实在无力面对。转念再想，如果她走了，父母怎么办呢？她是他们唯一的孩子啊。

又见彩虹

正在阿方痛苦不堪时，一位同事向她推荐说，有一本叫《转法轮》的书可以帮到她。阿方一听便打算尝试，她决定把书带回家，让爸爸读给她听。

谁知道，那位同事坚持认为，阿方应该自己阅读。她很有信心地表示，这样做的话，阿方的视力就会恢复。于是，阿方从网上下载了《转法轮》，把字体放大到32号。

阿方自己读书，也和同事交流书中的内涵。阿方说，“‘真善忍’照亮了我的生活，就像阳光照耀大地。几年来，我头一次意识到，自己的苦难根源在哪里。因为我根本没有按照‘真善忍’去做。《转法轮》启悟了我。”

有一天，阿方在书架上翻找一本旧书，忽然，她发现，她能够看清小号的印刷字了。“我赶快找到出版的《转法轮》，翻开书读起来。哎呀，那些字不再模糊，都一个一个非常清楚地映在眼里。这真是一个奇迹！”

阿方开始学炼法轮大法的五套功法。她和母亲一起，到附近的公园里炼功。她说：“炼功后，我的身体轻盈得像一根羽毛。我可以感到能量在身体里流动，从此再没有请过一天病假。”

读书、炼功后，阿方的健康迅速地好转。她停止服用所有药物，而结核病没再复发，她也甩掉了助听器。

如今，阿方身心健康，平安快乐。谈起康复的奇迹，她激动地说：“‘真善忍’给我带来了黎明，为我开示生命的真理，这是我个人品行的核心指导。……这条大道，教导我如何生活。”

这就是阿方的人生惊喜大逆转。在黑暗隧道的尽头，她拥抱曙光。◎

修炼法轮功 希腊女子体验身心变化

三十岁的希腊女子索菲亚 (Sofia)，六年前和丈夫从雅典来到澳洲墨尔本定居。二零一二年时，经同事介绍开始修炼法轮功（又称法轮大法）。

几年间，她经历了脱胎换骨的变化：戒掉了成瘾八年的网络游戏；从自私暴躁变得平和柔顺、处处考虑他人。也恢复了和家人几近断绝的亲情，让他们都感受到了法轮大法的美好和创始人李洪志师父的伟大。

回想六年来修炼的历程，索菲亚内心充满感恩。“对人生的疑问一直都在困扰着我，个性暴躁、自私等等也我和父母的关系无法维持，直到有幸在澳洲阅读《转法轮》。法轮功师父博大精深的法理和祥和的五套功法改变了我的身心，现在我所有的家人都认为法轮功师父了不起，法轮功实在太太好了。”

找到人生的答案

“从小，我的兴趣广泛，舞台表演、民族舞、田径运动等等，但每次我尝试了某种新的东西，我总有种感觉，这不是我要的，不是我在寻找的。”索菲亚说，她的日子就在这样庸庸碌碌中一天天度过。“很多问题长期在内心深处困扰着我，无论我怎么努力寻找答案，都无法回答这些疑问。”

内心没有着落的日子终于在她开始修炼法轮功后结束了。一位西人女法轮功学员，在和索菲亚共事两个月后，推荐她修炼法轮功，教她炼五套功法，并给了她电子版的英文《转法轮》。“这本书从第一页开始就让我感到震撼，真是说到我心里去了。而且，我感到和李洪志师父有很深的缘份。因为当我第一次看到师父的照片，我就确信我曾经见过师父，但无法解释如何见过以及什么时候见过。这真是非常珍贵的感觉。”

索菲亚接着回想，“当时仅仅炼功几天，我就感觉身体的能量像火箭一样增长，所有困扰我多年的问题，也在几天之内都找到了答案。”不断阅读的过程中，她感到非常温暖。“我将每一天的精力越来越多地专注在阅读《转法轮》上，因为我发现，当我在读的时候，内心感受到自然而然产生的温暖的感觉，让我从心底里向往，也暗暗下决心要在接下来的余生中要按照真、善、忍的原则指导自己的言行。”她说。

戒除长达八年的网络游戏瘾好

修炼后不久，索菲亚的健康状况改善了，她的个性和整个精神状况也发生了神奇的变化，令家人都觉得不可思议。而长达八年沉迷于电脑网络游戏的瘾好突然消失，堪称神奇。“过去，我曾经尝试过无数次，要放弃这个瘾

好，但一来我没有这么强烈的愿望，二来我也没有足够的自制力，从这个自我毁灭的爱好中自拔。”

索菲亚说：“我从二零零四年开始接触视频游戏后上瘾，沉迷在电脑前的时间越来越长，甚至到每天玩十六个小时游戏，还觉得不过瘾。”“视频游戏成瘾，完全破坏了我的生活。我越迷越深，几乎放弃了运动训练和其它有益的事，如果不是因为没钱继续这个爱好，以及意识到需要严肃地和丈夫准备澳洲的新生活，否则我停不下来。”

澳洲之行，彻底改变了索菲亚的命运。“我和丈夫来到澳洲后，虽然不久开始修炼法轮功，但重新玩游戏的念头一直挥之不去。在二零一三年初有一次，我又启动了游戏。但这一次，我发现我不再如从前那样有如此强烈的瘾好了。慢慢的，我发现这些网络游戏平台非常怪异，甚至无法在电脑游戏前坐稳半个钟头。”索菲亚接着说：“因为任何时候只要一一开始玩，我的眼睛会有刺伤般地痛，而且身体被一种非常恶心的感觉包围住。最后，我决定退出网络游戏，从此，我感到非常开心。”她把这种感受和网上游戏圈里的朋友们分享。当索菲亚的朋友们看到她退出了，几个月后他们也决定退出了。她说：“现在，我已经对这些东西一点没有兴趣了，害怕再陷入游戏里的恐惧都彻底清除了。我的朋友们也各自过着开心的生活，而且我们的关系比以前更密切了。”

希腊的家人的转变

修炼路上，最令索菲亚欣慰的是在希腊的家人都成为法轮功的支持者。

“多年来我和家人的关系非常紧张，之前，我觉得这种状态非常难以扭转或者改善。”她说。“来澳前，我和母亲共同经营家族生意，我负责日常管理。每天，我要睡足了才起床，想什么时候去店里就什么时候去，就工作几个小时，真的很不负责任，对妈妈也很不尊重。那时，稍有不顺心，就抱怨不停，我和妈妈的关系因此很紧张，互相指责对方。所以，母亲总是把我的很负面。”她接着说：“父母离异后，我和父亲的关系，也差到极点。”

“因为和父亲的关系很僵，我觉得家庭是我幸福的障碍，觉得他们都妒嫉我，试图破坏我的生活，现在明白了显然不是那么回事。”索菲亚说，“当时和丈夫来澳洲有一种逃避的意味，但我觉得自己能因此开始修炼法轮功，真是太幸运了。能成为大法弟子，这是多么殊胜，多么神圣的事情。我默默地对自己说，不要再伤害其他人或者总是挑别人的错，要对自己和周围的每个人更负责任。”

“和母亲修复关系，在家人中是最困难的，因为和母亲保持着联络，所以我一开始就告诉她，我找到了非常美

妙的、提升自己的打坐修炼功法，”索菲亚说，“虽然母亲不直接反驳我，但我能明显感觉到她在内心反对我修炼，因为她一直在试图找来自邪党的有关法轮功的负面消息。”

“有一段时间，我放下了急于说服她的急切心情，决定暂时不和她再谈论法轮功的话题。我只是改变自己，提升自己，按照师父的要求去做。不再如从前那样，总带着自己的观念去评判母亲、处处和母亲攀比。渐渐的，她改变了。听我讲述我在墨尔本参加的一些洪法和反迫害活动的进展等，她不再再有障碍，也从内心感受到了大法的美好，还告诉我想看神韵。”

索菲亚和父亲这一方和好如初，颇有戏剧性。“我曾经有三年和父亲没有说过一句话，即使开始修炼，也不想和他联络，内心没有办法原谅他。”但二零一五年五月的一天，她在阅读李洪志师父的讲法时，突然意识到，无论父亲做了什么，她都应该把大法的美好告诉他。

“就这样，我立即拿起电话，因为当时时间是希腊的凌晨，电话没人接听，我就发了个简讯。当天，我又到邮局给父亲寄出了印制精美的真相资料。父亲收到包裹后，立即给我发了简讯，感谢我给他的资料，并希望视频对话。所以事情进展很顺利，我们恢复了正常的父女关系。因为我已经把过去痛苦的记忆抹去了，我不再仇视任何人。”

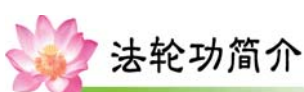
索菲亚完全变成了另一个人，她的母亲和父亲在同一年改变了观念，非常支持她修炼法轮大法。

二零一六年，她和丈夫回希腊探亲。“我的姑母曾哭着对我说，现在家人都认为你的师父很伟大，法轮大法实在太好了。”她说，“如果不是因为李洪志师父的教导，我和家人是不可能复合的。在这个过程中，我感受到师父的法理能为我扭转困难的局面，让我提升。”

“和丈夫都不知道什么是吵架了”

索菲亚的丈夫，一开始对她修炼不是很理解。“他已经习惯了一个平日活力四射、一说就暴、有些攻击性又比较强势的我，当我突然变得安静、有耐心，他还真有些不习惯。”她说，“我不得不深入地和他交流我的修炼体会。他见证了我个性的转变，也见证了我们日常生活的改变：起初因为我总是制造麻烦而争吵不断，到因为我的内心成为一个真正的女人后，两人从此和睦恩爱。”

“他现在非常欣赏我所做的一切，甚至和他周围的人讲述法轮功反迫害的真相。”索菲亚说，“而且，我们不再因为意见不一致而向对方喊叫，我们俩甚至不知道什么是吵架了。”◎（夏纯清）



法轮功简介

什么是法轮功？

法轮功是1992年由李洪志先生在长春所传出的佛家上乘修炼大法。法轮功是一套完整的性命双修功法，以宇宙最高特性真、善、忍为修炼原则。强调心性修炼，修德人从好人做起，按照真、善、忍标准要求个人心性的提高，另外包含五套缓慢、优美、简单易学的功法动作。修炼法轮大法在短时期内就能达到意想不到的效果，返本归真。

正法度人不取费用。法轮大法是修善的、和平的，一切活动都是公开且免费。法轮大法修炼不重形式，没有名册、会员，自由来往。

法轮大法为人们带来美好，对个人来说，修炼法轮功不但能祛病健身，使人变得诚实、善良、宽容、和平，而且能开启智慧，逐渐达到洞悉人生和宇宙奥秘的自在境界；对社会来说，修炼法轮功能增加社会的稳定、包容与祥和，提高人们的整体精神生活质量。

如何学炼法轮大法

如果您想开始学炼法轮大法，可以采取以下方式：一气呵成通读《转法轮》一遍。这能让您对“法轮大法”有个基本的认识与了解。《转法轮》等大法书籍，在书店（<http://www.tiantibooks.com> 香港大道书店，地址：登打士街32号欧美广场1901室，近油麻地站A1出口，与砵兰街交界，电话：2730 0108）有售，也可从网上免费下载：<http://falundafa.org/> 可先连结页尾的动态网址，突破网络封锁，了解更多信息。

一、邮件接收动态网址

申请国外免费电子邮箱发邮件给 freeget.ip@gmail.com，10分钟内会收到回信，拿到几个当前有效的动态网IP，复制任一IP至网址列即可（连结请通过安全凭证）

二、雅虎通

如果您使用雅虎通的话，可以给 dweb_ip@yahoo.com，发一个实时短信，一分钟内会收到几个IP（由于IP有时效性，可以多试几个）。动态网可透过国外信箱发邮件给 d_ip@dongtaiwang.com 来取得。请用动态网突破封锁：<http://dongtaiwang.com/loc/download.php>

三、翻墙直连动态网

<http://dongtaiwang.com/loc/phome.php?v=0>、<http://dongtaiwang.com/loc/mobile/>、<http://dongtaiwang.com/loc/yp.php?pm=y>、

四、手机翻墙可下载：

<https://goo.gl/iWCiXK>、<https://git.io/fgma>、<https://git.io/fgma> ◎

